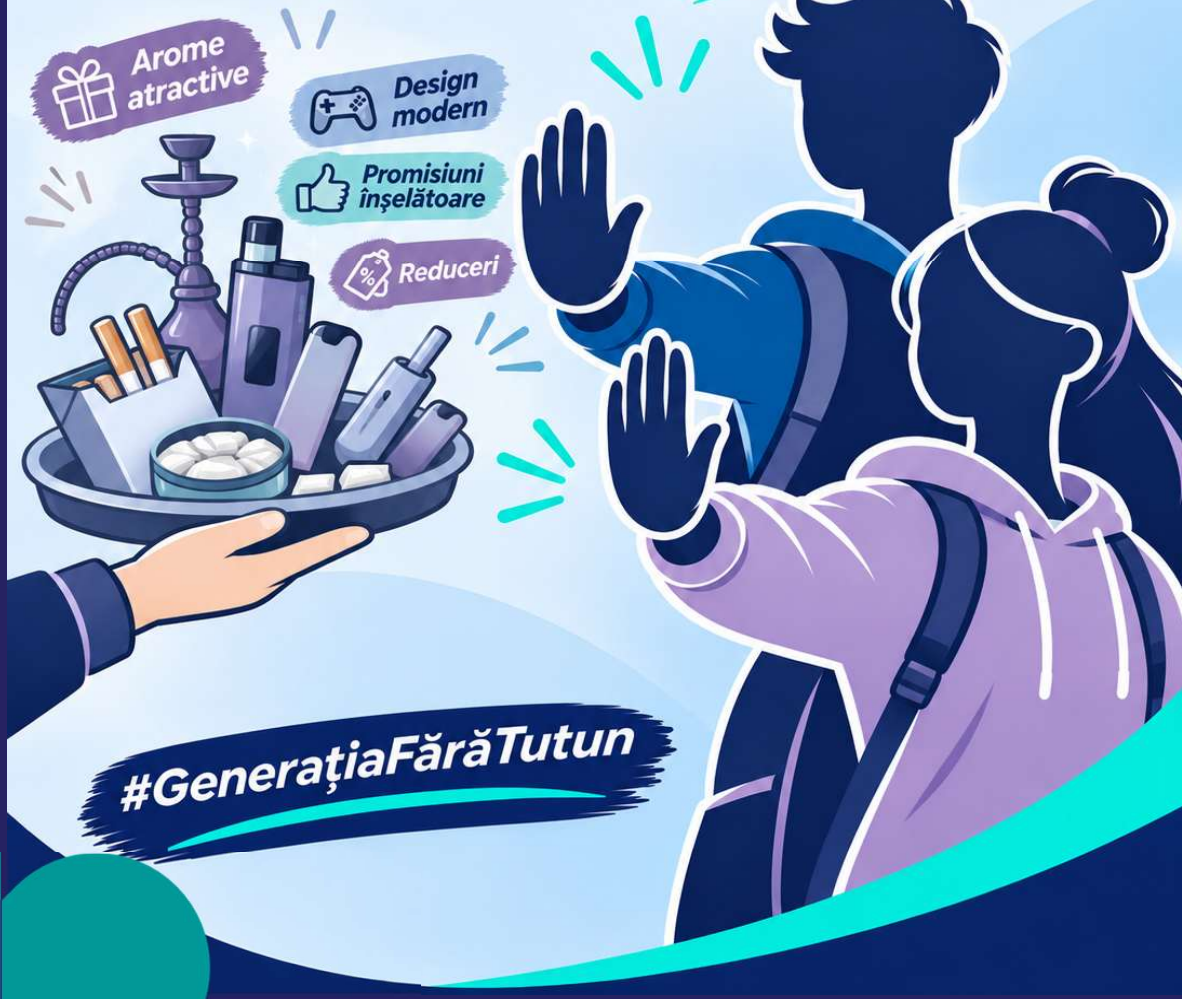
Institutul Național de Sănătate Publică

19 noiembrie – Ziua Națională Fără Tutun

Respiră curat, alege sănătatea!

Alege TU! Spune NU tutunului și nicotinei!



ZIUA NAȚIONALĂ FĂRĂ TUTUN!
19 noiembrie 2026

Nici o formă de consum de tutun **nu este sigură** pentru sănătatea ta!

MINISTERUL SĂNĂTĂȚII

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății – pentru distribuție gratuită

Institutul Național de Sănătate Publică

19 noiembrie – Ziua Națională Fără Tutun

Respiră curat, alege sănătatea!



ZIUA NAȚIONALĂ FĂRĂ TUTUN!
19 noiembrie 2026

Nici o formă de consum de tutun nu este sigură pentru sănătatea ta!

MINISTERUL SĂNĂTĂȚII

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății – pentru distribuție gratuită

Institutul Național de Sănătate Publică

RESPIRĂ CURAT, PROTEJEAZĂ NATURA!

Fii informat! Fără nicotină, fără compromis!

#GeneraţiaFărăTutun

DEŞEURI CARE RĂMÂN

Filtrele de ţigară, vape-urile de unică folosinţă, capsulele şi ambalajele conţin plastic şi ajung frecvent în natură.



POLUEAZĂ SOLUL ŞI APELE

Aceste deşeuri se fragmentează în particule mici, poluează solul şi apele şi pot afecta fauna şi ecosistemele.



ALEGERILE TALE CONTEAZĂ

Nicio formă de consum de tutun sau nicotină nu este sigură pentru sănătate. Prevenirea iniţierii consumului protejează şi mediul.



Mai puţin tutun, mai puţin plastic. Mai multă sănătate pentru oameni şi natură.

ZIUA NAȚIONALĂ FĂRĂ TUTUN!
19 noiembrie 2026

MINISTERUL SĂNĂTĂȚII

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare şi promovare a sănătăţii şi educaţie pentru sănătate al Ministerului Sănătăţii –
pentru distribuţie gratuită

Institutul Național de Sănătate Publică

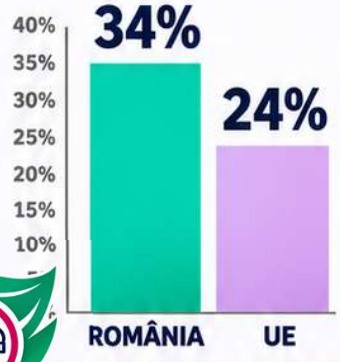
19 noiembrie 2026 – Ziua Națională Fără Tutun

RESPIRĂ CURAT, ALEGE SĂNĂTATEA!

Fii informat! Fără nicotină, fără compromis!

#GenerațiaFărăTutun

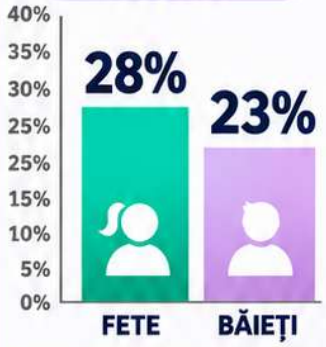
FUMATUL CONVENȚIONAL, ADULȚI



Sursa: Eurobarometrul special 539 (2023), populația 15+.

VAPING LA 15 ANI, ROMÂNIA

Utilizare în ultimele 30 de zile

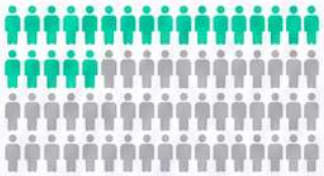


Sursa: HBSC 2021/2022.

FUMAT CURENT LA LICEENI

Elevi de 14–18 ani, România

≈27%



Sursa: YRBSS 2022/2023.

ZIUA NAȚIONALĂ FĂRĂ TUTUN! 19 noiembrie 2026



Țigările, vape-urile și produsele din tutun încălzit nu sunt lipsite de riscuri.

Prevenirea inițierii consumului de nicotină contează.

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății – pentru distribuție gratuită

MINISTERUL SĂNĂTĂȚII

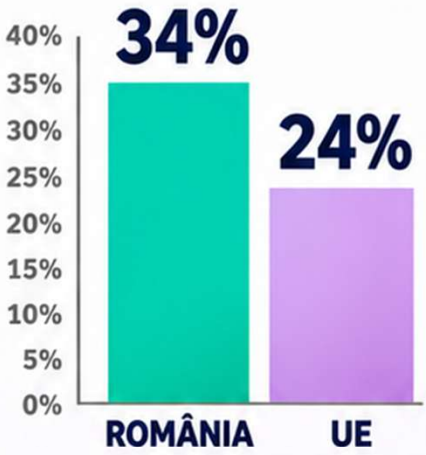
ZIUA NAȚIONALĂ FĂRĂ TUTUN
19 NOIEMBRIE 2026

RESPIRĂ CURAT, ALEGE SĂNĂTATEA!

Fii informat! Fără nicotină, fără compromis!

#GenerațiaFărăTutun

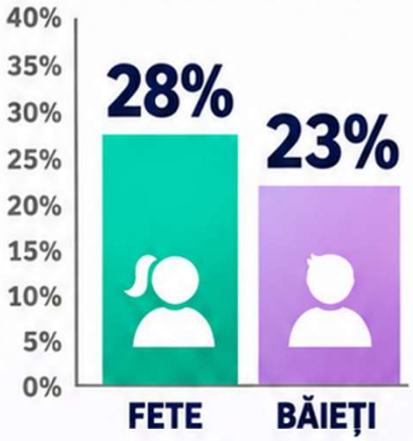
FUMATUL CONVENȚIONAL, ADULȚI



Sursa: Eurobarometrul special 539 (2023), populația 15+.

VAPING LA 15 ANI, ROMÂNIA

Utilizare în ultimele 30 de zile



Sursa: HBSC 2021/2022.

FUMAT CURENT LA LICEENI

Elevi de 14–18 ani, România

≈27%



Sursa: YRBSS 2022/2023.



Țigările, vape-urile și produsele din tutun încălzit nu sunt lipsite de riscuri.

Prevenirea inițierii consumului de nicotină contează.

MINISTERUL SĂNĂTĂȚII

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită

Institutul Național de Sănătate Publică